

Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante

Facultad de Educación: Mención en Educación Física

Trabajo de fin de grado

**LA RELACIÓN ENTRE LA
PRÁCTICA DEPORTIVA
EXTRAESCOLAR Y HABILIDADES
SOCIALES EN ESTUDIANTES DE
PRIMARIA**

Alumno/a: Alejandro Ruiz García

Tutor: Luís Fermín Sánchez

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| 0. RESUMEN..... | 2 |
| 1. JUSTIFICACIÓN..... | 3 |
| 2. MARCO TEÓRICO..... | 4 |
| 2.1. La socialización..... | 4 |
| 2.2. El carácter social de la educación física y su influencia en la práctica deportiva extraescolar. | 4 |
| 2.3. Beneficios sociales y para la salud mental del deporte. | 5 |
| 2.4. Principales problemas sociales o en relación a las HHSS que tienen el deporte como solución..... | 7 |
| 2.5. Estudios relacionados con este tema. | 8 |
| 2.6. Objetivos..... | 9 |
| 3. METODOLOGÍA..... | 9 |
| 3.1. Diseño y metodología de la investigación..... | 9 |
| 3.2. Muestra..... | 10 |
| 3.3. Instrumentos. | 10 |
| 3.4. Procedimiento. | 12 |
| 4. RESULTADOS. | 13 |
| 5. DISCUSIÓN..... | 15 |
| 6. CONCLUSIÓN..... | 17 |
| 7. PROBLEMAS E INCONVENIENTES Y PROPUESTAS..... | 19 |
| 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 20 |
| 9. ANEXOS..... | 23 |

0. RESUMEN

Diferentes estudios muestran la relación que existe entre la práctica deportiva con las habilidades sociales.

El objetivo de este estudio se enfoca en conocer la influencia que puede tener la práctica de deporte extraescolar, en niños/as entre la edad de 8 a 12 años, en la adquisición de habilidades sociales.

Para ello se llevó a cabo una investigación mediante un estudio cuantitativo de carácter transversal-descriptivo, en el que empleamos un cuestionario, adecuado a la edad del alumnado, para analizar el proceso de socialización teniendo en cuenta el deporte que practican.

A diferencia de todos los otros estudios, nuestro estudio no ha dado exactamente los resultados que se esperaban, y por lo tanto no confirma los objetivos propuestos pero podemos estar seguros de que si que existe dicha relación.

PALABRAS CLAVE

Educación Física, Actividad Física, Socialización, Educación Primaria.

1. JUSTIFICACIÓN

Los pilares fundamentales de una sociedad podríamos decir que son la salud y la educación pero tampoco podemos olvidarnos de la socialización, presente en ambas, todo ello cobra más importancia cuando hablamos de la parte más joven de la población, como son los niños/as y adolescentes, ellos son el futuro de la sociedad.

Este es el principal motivo por el que los alumnos deben estar bien preparados y formados en estos tres ámbitos, si esto se consigue con éxito se podrá ver un gran cambio y prosperidad en nuestra sociedad.

La elección de este tema (La relación entre el deporte extraescolar y las habilidades sociales en Educación Primaria) es causa del interés propio. La figura del profesor/a no se encarga simplemente del hecho de enseñar la materia a los alumnos/as, va más allá, el docente se encarga de educar, enseñar, fomentar hábitos de vida saludables, la socialización..., es decir formar íntegramente a una persona teniendo en cuenta unas ideas previas de cómo hacerlo y teniendo en cuenta también las características de los diferentes alumnos/as, lo cual conlleva el saber cómo se debe actuar ante las situaciones que nos plantean en función a las capacidades cognitivas y físicas del alumnado.

El deporte en el ámbito educativo nunca ha sido visto de manera general como algo de mucha importancia, de hecho se podría decir que la asignatura de Educación Física es a la que menos importancia le dan, como objeto de estudio, tanto los alumnos como los padres, incluso existen artículos en los que se propone la disolución de la asignatura de los centros escolares calificándola de “una asignatura maría que a pesar de ser considerada como una asignatura menos disfruta de todos los parabienes oficiales” (Vicente Pedraz, 2007, p.89).

Este es un problema generalizado y que en muy pocos países se tiene en cuenta, pero creo que no cesa la lucha por qué esto cambie. El origen de este problema es que los padres y alumnos/as lo ven como una asignatura la cual es “fácil de aprobar”, y/o simplemente cómo una hora para que los niños jueguen y se diviertan, si que es verdad que tiene esta función pero ésta es una de muchas.

La Educación Física como asignatura, genera que el alumnado vaya asimilando los beneficios de la actividad física y una motivación por practicarla.

Cuando esto se consigue (no en todos) a raíz de ello provoca que el alumnado tenga interés por hacer un deporte fuera de la escuela y aquí es donde entra el factor saludable y el factor socializador, sin olvidarnos de los avances cognitivos que se

generan durante la practica deportiva, no solo se mejoran las capacidades físicas sino que también lo hacen las cognitivas, pudiendo decir que de esta asignatura “no importante” obtenemos muchos beneficios saludables.

Para que este tema gane importancia y haga el máximo eco en la sociedad, se hacen ciertos estudios en los que se muestran los beneficios que se obtienen.

Con este TFG pretendemos demostrar eso mismo, ya que como he dicho anteriormente los pilares fundamentales de la sociedad son la educación, la salud y la socialización y es necesario potenciarlos.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. La socialización

Se podría decir que el término “socialización” posee varios matices según el quien la defina.

Como que es un proceso en el que las personas, al interactuar con otras personas hace que se desarrollen sus sentimientos, sus pensamientos y su actuación en el entorno. (Vander Zanden, 1986)

También encontramos otra definición que está más presente en la literatura y nos dice que la socialización es el proceso por el cual un sujeto infiere ciertos fundamentos de carácter sociocultural que depende del medio que le envuelven, éste los interioriza y así es capaz de acomodarse en su entorno social. (Rocher 1990).

Pero en lo que coinciden muchos autores es en afirmar que la socialización es un proceso de interacción de la persona con el entorno social en el que vive.

2.2. El carácter social de la educación física y su influencia en la práctica deportiva extraescolar.

Tanto la obtención de habilidades sociales o proceso de socialización como la actividad física, son aspectos que son tratados en el ámbito escolar, de hecho según varios autores (Carratalá, 1996; Lackovic-Grgin y Dekovic, 1990; Molpeceres, 1991,1995), los principales ámbitos en los que los niños y niñas alcanzan a tener un mejor desarrollo de la socialización son: la familia, la escuela y el grupo de iguales.

Sabiendo que la escuela es uno de los principales lugares en donde más influye el proceso de socialización Beltrán Torres (2012) incide en que “la Educación Física es un quehacer práctico, que se caracteriza por la promoción de las relaciones sociales, comunicativas y experienciales que enmarcan un aprendizaje basado en la interacción

social”(p.51). Podemos ver autores como Hernández (1998) que apoyan esta opinión en la que dice que “el estudiante debe ser entendido como un ser social, producto y protagonista de las múltiples interacciones sociales, en que se involucra a lo largo de su vida escolar y extraescolar” (p. 232)

Siendo conscientes de que la práctica de deporte produce beneficios sobre la obtención de las habilidades sociales, hemos de hacer hincapié en fomentarla partiendo de las escuelas, concretamente en la asignatura de Educación Física, ya que es uno de los lugares principales donde se desarrolla el proceso de socialización y dotar a esta materia del valor que le corresponde ya que, según cómo se desarrollen las sesiones, éstas van a generar unas actitudes más positivas o menos lo cual puede ocasionar una motivación por la practica físico-deportiva o en el caso opuesto podría generar un estado de negación hacia ella (Moreno y Cervelló, 2004, p. 354).

Así también cabe decir que los alumnos pueden obtener el interés de la práctica deportiva extraescolar a partir de la Educación Física, como bien dice (Torre, Cárdenas y García Montes, 2001):

“Esta asignatura debe garantizar la adquisición de los procedimientos, conocimientos y actitudes necesarias que permitan al discente poder asumir, a posteriori, la práctica físico-deportiva de manera autónoma junto a la importante adquisición de una serie de hábitos deportivos que contribuirán a unos estilos de vida más saludables” (p. 96)

Algunos niños nacen o se les desarrolla una motivación intrínseca por ejercer algún deporte extraescolar durante su vida cotidiana, es decir, a parte de realizar Educación Física en la escuela también quieren hacer algún deporte concreto, o varios, fuera de ésta, pero dado que existen otros a los que no les ocurre lo mismo, y la Educación Física puede ser lo que les motive a practicarlo.

2.3. Beneficios psicosociales del deporte.

La obtención de habilidades sociales forma parte en muchos de los casos de las prácticas deportivas o de actividad física. Por eso compartimos con otros autores como Greendorfer (1992) que el hecho de realizar alguna actividad física o deporte afecta de manera acentuada un proceso de socialización de los más jóvenes, dotándole de ciertas HHSS que durante su futuro, o sea cuando sean adultos, les serán muy útiles para afrontar situaciones de su vida cotidiana en cuanto al plano afectivo, social, político y económico.

Se han realizado estudios acerca de este tema como es el caso de Abu-Omar, Rütten y Lehtinen (2004) que realizaron un estudio en 15 países europeos en relación a la salud física y la salud mental, al analizar los resultados se dieron cuenta que el nivel sociocultural y socioeconómico no era un factor importante ya que los resultados mostraban que tenían mejor tanto la salud física como la salud mental las personas que realizaban actividad que las que no lo realizaban.

Profundizando en este tema encontramos también estudios que están de acuerdo en que existe una relación entre el deporte y la salud mental, mostrando que la práctica de la actividad física de manera regular genera un crecimiento de los siguientes aspectos que entran en el ámbito de la socialización, los cuales son: la autoconfianza, la sensación de bienestar y una mejora de las capacidades cognitivas.

También, el deporte hace que se reduzca la ansiedad en el individuo que lo practica incluso llegando a mejorar su autopercepción física así como su autoestima (Fox, 1999; Márquez y Garatachea, 2013).

En cuanto al tipo de deporte practicado podemos decir que influirá también en el tipo de habilidades sociales que obtendrá el niño.

El proceso será diferente ya que cada deporte tiene una filosofía y un modo de juego diferente. Los juegos o deportes pueden ser por ejemplo: en equipo o individual, de contacto o de no contacto, el deporte de invasión o de no invasión...

Existen estudios que muestran que según el tipo de deporte que se practica, los niños desarrollan el proceso de socialización de una manera u otra obteniendo diferentes resultados.

Un ejemplo es el estudio realizado por Truslon (1986) el cual consistió seleccionar a un conjunto de estudiantes con las mismas características es decir, misma edad, mismo sexo y mismo nivel socioeconómico, dividió a este conjunto de jóvenes en 3 grupos, sometió a todos ellos a realizar un deporte durante 6 meses, 3 sesiones a la semana y cada sesión una hora.

El primer grupo realizó prácticas de taekwondo tradicional (destinado al entrenamiento de la reflexión y la meditación filosófica), el segundo de taekwondo “moderno” y el tercero de fútbol y baloncesto.

Los resultados fueron que el grupo que había practicado taekwondo tradicional obtuvieron una disminución de la agresividad, de la ansiedad y un aumento de la autoestima y de la destreza social, mientras que el grupo 2 (taekwondo “moderno)

mostró incluso aumento de tendencias violentas y el grupo 3 (Baloncesto y Balonmano) no mostró notables diferencias.

Para que sea posible optimizar los entrenamientos y con ello el proceso de inferencia del niño de cualquier tipo de conocimientos, haciendo hincapié en este caso de las HHSS, es necesario como bien dice Vizcarra (2003, 34), “que los entrenadores estén en constante formación pero para ello las administraciones públicas han facilitar los recursos y materiales necesarios para ello”, puesto que el deporte en edades infantiles debe favorecer y fomentar ciertos valores, actitudes y comportamientos que afectan directamente al proceso de socialización.

2.4. Principales problemas sociales o en relación a las HHSS que tienen el deporte como solución.

Por un lado existen problemas mentales que pueden influir y/o están en el proceso de socialización y por otro lado encontramos otros problemas directamente sociales ya sea por el entorno de la persona, por sus características tanto físicas como psíquicas o por no haber adquirido de ninguna manera un adecuado nivel de habilidades sociales.

La ansiedad, la depresión y la ira han sido objeto de algunos de los problemas que afectan directamente a la socialización. Ambos han sido objeto de estudio tratando de analizar si tenían una relación con la adquisición de habilidades sociales.

Berdullas Saunders (2015) confirma en su tesis doctoral, tras comparar diversos estudios de un mismo tema, que sí mantienen dicha relación.

Para solucionar este tipo de problemas según Paluska y Schwenk (2000), concorde a lo que hemos visto anteriormente, la actividad física y el deporte inciden significativamente en este tipo de enfermedades mentales, concretamente la práctica de ejercicio aeróbico o ejercicios de fuerza.

El TDAH es una enfermedad psicológica que puede afectar en tal medida al niño que puede causarle el fracaso escolar. Esta enfermedad también tiene como solución la Educación Física, lo cual respaldan autores como Putnam y Copans (1998), como se cita en Carriedo, (2014, p.49), con ello Pontifex, Saliba, Raine, Picchietti y Hillman (2012) indican que los niños que realizan prácticas de actividad física podrían verse afectados de manera positiva en su comportamiento durante su vida tanto académica como cotidiana.

La exclusión social es otro de los problemas presentes hoy en día en nuestra comunidad. Ésta hace referencia las circunstancias diversas e inestables que provocan que las personas sean aisladas de las acciones en diferentes ámbitos de la sociedad a la que pertenecen (Comisión de las Comunidades Europeas, 1993), pero para abordar este problema según Donnelly (1996), no debemos olvidar una serie de dimensiones conectadas de la inclusión/exclusión social, las cuales son:

- *La espacial*: en esta la inclusión social va ligada a la cercanía social
- *La relacional*: trata la inclusión social como concepto de aceptación y correspondencia social
- *La funcional*: la inclusión social va vinculada a la mejora y desarrollo del conocimiento, las habilidades sociales y la comprensión.
- *La del poder*: cuando los niños perciben que las cosas ocurren debido a sus acciones y que tienen el mando de tomar sus propias decisiones aumenta la importancia del proceso de socialización.

Para combatir la exclusión social existen programas de inclusión social con los que se pretende solucionar este tipo de problemas en los más pequeños., como es el caso de por ejemplo: 'Ningún Niño sin Surf'. Es una iniciativa que se centra principalmente en hacer que los niños se sientan integrados en la sociedad, no busca crear deportistas de élite ni para la competición, sino terminar con la marginalidad de los niños/as y que ha obtenido unos resultados positivos alcanzando los objetivos que se proponen.

2.5. Estudios relacionados con este tema

A continuación hablaremos de dos estudios los cuales responden a nuestros objetivos, los cuales veremos en el siguiente apartado.

Un estudio es sobre la relación entre las habilidades sociales y las actividades deportivas entre estudiantes universitarios chinos.

Este estudio dividió a los estudiantes en tres grupos, los que practican deporte en un club, los que lo practican sin ser de un club y los que no practican deporte.

Resultó que los estudiantes que practicaban deporte tanto en un club como de manera autónoma tenían mejores habilidades sociales que los que no, pero los que más mejoraron en ese aspecto fueron los que practicaban deporte en un club.

En cuanto al género se indicó que las chicas tienen mejor reflexión que los chicos y los chicos tienen mejor socialización que las chicas (Lv y Kazushi, 2015).

El otro estudio utiliza la observación como metodología y hace dos grupos de estudiante, uno experimental y otro de control, al grupo experimental lo somete a realizar sesiones de baloncesto extraescolares 2-3 veces por semana y a realizar actividades de equipo durante las clases de Educación Física mientras que al grupo control sigue manteniendo las clases de Educación Física comunes, centradas en deportes individuales, después pasó un cuestionario a estos estudiantes y las respuestas a éstos dieron lugar a una conclusión: el deporte en equipo favorece las habilidades comunicativas y la integración del grupo. El grupo experimental le dio más valor al grupo y a la importancia de la comunicación (Loan-Sabin, 2014)

2.6. Objetivos

Los objetivos que se plantean abordar en la investigación para obtener un mayor conocimiento sobre la relación que existe entre la práctica de deportes de cooperación-oposición, el trabajo cooperativo y la educación en valores entre el alumnado de educación primaria son los siguientes:

1. Analizar cómo afecta la práctica de deporte extraescolar a los niños/as de entre 8 y 12 años, en el proceso de socialización.
2. Analizar si influye el tipo de deporte que se practica, ya sea individual o colectivo, así como el género, en la adquisición de HHSS.
3. Comprobar si nuestros resultados concuerdan con los de otros estudios del mismo tema.

3. METODOLOGÍA

3.1. Diseño y metodología de la investigación.

A continuación, se mostrará el diseño que se ha aplicado durante la investigación, así como la descripción de los diferentes aspectos metodológicos que afectan a dicho estudio, instrumentos y técnicas utilizadas para la recogida de datos y análisis de los mismos.

El estudio y cuestionario de Losada (2015) ha sido de gran ayuda para la presente investigación. Realizamos un análisis cuantitativo y un método no experimental a través de una investigación sobre la influencia que tenían la práctica deportiva extraescolar en el proceso de socialización de los estudiantes.

Para ello hemos hecho una recogida de información mediante una serie de cuestiones que se le plantea a todos los sujetos por igual, empleando un diseño transversal-descriptivo. Hemos medido, en este grupo de sujetos, diferentes variables que nos proporcionan una descripción sobre lo que pretendemos averiguar. Agrupamos los cuestionarios según la relación con las variables personales, recogidas en el cuestionario, donde se incluyeron preguntas para saber el género de todos los participantes, la edad, si practicaban o no deporte en alguna asociación deportiva, en caso afirmativo el deporte que practicaban, y en caso negativo no tenían que indicarlo.

3.2. Muestra:

Para llevar a cabo esta investigación, seleccionamos niños y niñas de entre 8 y 12 años, en el C.E.I.P. El Tossal, de Alicante, tomando como muestras, los alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de primaria.

La muestra estuvo compuesta por un total de 81 alumnos divididos de la siguiente forma: 3º fue de 22, en 4º de 21, en 5º de 21 y en 6º de 17, siendo un total de 81 alumnos/as.

Hemos recogido como dato el número de alumnos y de alumnas, siendo un total de 38 chicas y 43 chicos.

3.3. Instrumento:

Cuestionario SEHS-A:

El instrumento utilizado para la recogida de datos ha sido un cuestionario validado, tras utilizarlo diversas veces para otros estudios, que evalúa las habilidades sociales y dificultades del aprendizaje social que pueden tener los alumnos/as.

El cuestionario es el SSIS-RS *student*, este ha sido traducido del inglés al castellano y también modificado algunos ítems por M^a Lidia Losada, dando lugar al SEHS-A (Sistema de evaluación de las habilidades sociales) (Anexo 1), el motivo por el que algunos de los ítems han sido modificados es para que quedara más claro lo que se pedía y que los alumnos/as pudieran tener menos dudas sobre ellos al respecto, pero sin cambiar el significado de estos. Consta de 75 ítems de los que 46 de ellos hacen referencia a las Habilidades Sociales (HHSS) y los otros 29 a las Dificultades de Aprendizaje Social (DAS). Y va dirigido a estudiantes de entre 8 y 12 años.

Los 75 ítems están divididos en 11 subgrupos:

- Comunicación

- Cooperación
- Asertividad
- Responsabilidad
- Empatía
- Implicación
- Autocontrol
- Externalización
- Acosos
- Déficit de atención e hiperactividad
- Internalización

Pero dado que en la tesis no indica cuales de los ítems pertenece a cada uno de ellos, no hemos podido hacer este tipo de análisis, así que nos centraremos exclusivamente en analizar los datos que obtengamos de la categoría de HHSS y de DAS.

Para responder a los ítems propuestos, contamos con la escala Likert, dicha escala consta de cuatro posibles respuestas de forma numérica y han de elegir una de ellas.

El sistema de respuesta es el siguiente: 0: *Nunca*; el 1; *Pocas veces*; el 2: *A menudo*; y el 3: *Casi siempre*.

En cuanto a la parte de HHSS, los alumnos/as que más se acercaran a la puntuación media de 3 serían los que más avanzados estuvieran en el proceso de socialización y/o los que más HHSS han adquirido, mientras que en la parte de DAS lo más conveniente sería que los alumnos/as estuvieran cerca de una puntuación media de 0, ya que significaría que carece de estas dificultades de aprendizaje social.

Ficha de datos personales:

Para saber las características de cada alumno hemos utilizado previamente al cuestionario, una hoja de datos personales en la que los alumnos indican su fecha de nacimiento, el género, si realizan alguna actividad extraescolar, en el caso de que sea un deporte indicar cual es, el tiempo que llevan haciendo esa práctica extraescolar y el tiempo que lo practican durante la semana (Anexo 2). Estos datos son necesarios para poder contrastar los resultados en función de las características de cada alumno/a fijándonos principalmente en la práctica deportiva.

Excel:

Para elaborar las diversas tablas sobre los resultados y los cálculos que se han realizado previamente para obtener estos hemos utilizado el Excel.

Esta herramienta nos ha permitido calcular el promedio y la desviación típica de cada aspecto que queríamos analizar.

3.4. Procedimiento:

El procedimiento que hemos seguido para realizar este estudio ha sido el siguiente:

En primer lugar lo que hicimos fue buscar un cuestionario, que estuviera validado, sobre HHSS con una cantidad de ítems aproximada a los que tiene este cuestionario. Además este cuestionario tenía que haber sido objeto de estudio anteriormente para poder ver qué resultados se había obtenido con él y poder contrastarlos. Tras una serie de búsquedas encontramos en la tesis doctoral de M^a Lidia Losada un cuestionario que era válido para nuestro estudio.

En segundo lugar, una vez obtenido el cuestionario lo imprimimos para entregárselo personalmente al alumnado de 3º, 4º, 5º y 6º de primaria del C.E.I.P. El Tossal de Alicante, para que lo rellenaran, ya que es un cuestionario que va dirigido a niños/as de entre 8 y 12 años.

Antes de comenzar a realizar dicho cuestionario se explicó que se realizaba de forma voluntaria y que podía ser de forma anónima, aunque todos quisieron participar, así como con qué objetivo se hacía. También para que lo rellenaran de manera adecuada dimos una explicación de cómo se debía hacer así como la información que se pedía en la hoja previa de datos personales, se pidió que en sus respuestas fuesen lo más sinceros posible, ya que sino influiría en nuestro análisis de resultados.

Una vez completados los cuestionarios, los fui recogiendo, ordenándolos por curso para poder analizarlos en función de la edad y por el tipo de deporte que practicaban en el caso de hacerlo.

4. RESULTADOS

En este apartado lo que haremos será analizar los resultados estadísticos de carácter descriptivo, siguiendo el modelo de la Teoría Clásica de los Tests (TCT). Para ello hemos calculado la media y la desviación típica (D.T.) tanto del apartado de HHSS como de DAS.

Tabla 1

Resultados de la muestra según practiquen deporte o no lo practiquen.

| TOTAL | HHSS | Desv. T. | DAS | Desv. T. |
|------------|------|----------|------|----------|
| Deporte | 2,25 | 0,36 | 0,98 | 0,31 |
| No deporte | 2,22 | 0,36 | 0,96 | 0,34 |

Como podemos ver en [la tabla 1](#) los estudiantes que realizan algún deporte extraescolar han obtenido un 2,25 en la parte sobre HHSS del test, frente a un 2,22 de aquellos que no practican, ambos con una desviación típica de 0,36. De la misma forma podemos ver en la parte sobre DAS, que los estudiantes que practican deporte han obtenido un 0,98, con un 0,31 de desviación típica frente a un 0,96 siendo la desviación típica esta vez de 0,34.

Tabla 2

Resultados de la muestra según el tipo de deporte que practiquen.

| Deporte | HHSS | Desv. T. | DAS | Desv. T. |
|------------|------|----------|------|----------|
| No | 2,25 | 0,36 | 0,98 | 0,31 |
| Individual | 2,32 | 0,36 | 0,93 | 0,37 |
| Colectivo | 2,07 | 0,28 | 1,01 | 0,28 |

En esta tabla (Tabla 2) vemos que, en el apartado de HHSS los que no practican deporte han obtenido un 2,25 con una D.T. de 0,36, los que practican deporte individual un 2,32 con la misma D.T. de 0,36 y los que practican deporte colectivo un 2,07 con D.T. de 0,28. Respecto al apartado del DAS los que no practican deporte han obtenido un 0,98 teniendo una D.T. de 0,31, los que practican deporte individual un 0,93 con D.T. de 0,37 y los que practican deporte colectivo un 1,01, con una D.T. de 0,28.

Tabla 3*Resultados de la muestra según el género y el tipo de deporte.*

| Deporte | Género | HHSS | Desv. T. | DAS | Desv.T. |
|------------|--------|------|----------|------|---------|
| No | F | 2,41 | 0,25 | 0,94 | 0,28 |
| Individual | F | 2,39 | 0,37 | 0,88 | 0,40 |
| Colectivo | F | 2,14 | 0,20 | 1,03 | 0,36 |
| No | M | 1,94 | 0,37 | 1,07 | 0,37 |
| Individual | M | 2,22 | 0,33 | 0,94 | 0,30 |
| Colectivo | M | 2,06 | 0,35 | 1,01 | 0,29 |

En la tabla 3 vemos en el apartado de las HHSS que las alumnas que no practican deporte obtienen un 2,41 con una D.T. de 0,25, las que practican deporte individual un 2,39 (+0,37), y las que practican deporte colectivo un 2,14 (+0,20). Mientras que los alumnos que no practican deporte han obtenido un 1,94 con un 0,37 de D.T., los que practican deporte individual un 2,22 (+0,33), y los que practican deporte colectivo un 2,06 (+0,35). En cuanto al apartado del DAS, las alumnas que no practican deporte han obtenido un 0,94 (+0,28), las que practican algún deporte individual un 0,88 teniendo la mayor desviación típica, la cual es de un 0,40, y las que practican un deporte colectivo un 1,03 (+0,36). Y los alumnos que no practican deporte han obtenido un 1,07 (+0,37), los que practican algún deporte individual 0,94(+0,30) y los que practican deporte colectivo un 1,01 (0,29).

Tabla 4*Resultados del alumnado masculino según si hacen deporte o no.*

| Chicos | HHSS | Desv. T. | DAS | Desv. T. |
|------------|------|----------|------|----------|
| Deporte | 2,13 | 0,34 | 1,01 | 0,30 |
| No deporte | 1,94 | 0,37 | 1,07 | 0,37 |

Continuamos con la tabla 4, en la cual se muestra que, en el apartado de HHSS, los alumnos que practican deporte han obtenido un 2,13 (+0,34), frente a un 1,94 (+0,37) de los que no lo practican. Y en el apartado del DAS los alumnos que practican deporte

han obtenido una puntuación de 1,01 (+0,30), frente a un 1,07 con la misma D.T. que en el apartado del DAS, de un 0,37, de los que no lo practican.

Tabla 5

Resultados de la muestra del alumnado femenino según si hacen deporte o no.

| Chicas | HHSS | Desv. T. | DAS | Desv. T |
|------------|------|----------|------|---------|
| Deporte | 2,35 | 0,25 | 0,94 | 0,28 |
| No deporte | 2,41 | 0,36 | 0,90 | 0,38 |

Por último tenemos la tabla 5 en la que podemos ver que las alumnas que practican deporte han obtenido, en la parte de HHSS, un 2,35 (+25), frente a un 2,41 (+36) obtenido por las que no practican. En el apartado del DAS las alumnas que practican deporte han obtenido un 0,94 (+28), mientras que las que no lo practican tienen un 0,90 (+38).

5. DISCUSIÓN

A la hora de analizar los datos obtenidos de la tabla 1, es decir habiendo utilizado como única variable la práctica de algún deporte extraescolar, observamos que no existen notables diferencias en la adquisición de HHSS y DAS, entre los que practican deporte extraescolar y los que no. Esto nos indica que nuestra muestra, por lo general, no se ve afectada por la participación en un deporte extraescolar. Pese a ello la práctica deportiva puede conceder una serie de beneficios psicosociales para los jóvenes (Block y Gibbs, 2017).

A continuación seguimos con nuestra investigación y ahora hacemos otra comparativa utilizando más variables, en este caso hemos añadido como dato si el alumno/a practica un deporte individual, colectivo o si no lo practican (Tabla2).

En este caso sí que podemos ver que existen diferencias en la adquisición de HHSS y de DAS según el tipo de deporte que practican o si no lo practican. Los resultados muestran que los alumnos/as que no hacen deporte junto a los que lo hacen de manera individual tienen una puntuación más positiva que los que realizan un deporte colectivo. Esto va en contra, en cierta medida, de otros estudios como el realizado por Eime, Young, Harvey, Charity y Payne (2013). En el cual comprobaron que el deporte tiene muchos beneficios psicológicos y sociales, obteniendo una mejora de la autoestima y la interacción social, seguidas de la disminución de síntomas

depresivos. También nos dice que el deporte tiene una gran influencia en la salud psicosocial más allá de la que proporciona la actividad física. Por último, y totalmente en contra de lo que marcan nuestros resultados, concreta diciendo que el deporte en equipo da unos resultados más positivos en comparación de los deportes individuales, debido a la participación en grupo.

Profundizamos más en nuestra investigación y tratamos de encontrar una explicación a los resultados de la tabla 2, para ello hemos tenido en cuenta una variable más, la del género, manteniendo el tipo de deporte que realizan (tabla 3). Ahora los resultados que hemos obtenido nos muestran que el alumnado de género femenino tienen generalmente una mayor adquisición de HHSS y un menor DAS en comparación a los de género masculino, tanto las alumnas que no practican deporte como las que lo practican de manera individual o colectiva respectivamente, excepto en el resultado del DAS de las alumnas que practican deporte colectivo, el cual está levemente por encima (es negativo) del de los varones. En los chicos podemos observar que los que practican deporte individual tienen una mayor capacidad de adquisición de HHSS y menor DAS que los que no practican deporte o que los que lo practican de manera colectiva, estos datos concuerdan con los de la tabla 2. También tenemos que en el caso de los alumnos que no practican deporte son los que peores resultados obtienen tanto en la parte de HHSS como en la parte del DAS, siendo este el único caso que concuerda con el resto de estudios mencionados.

Al haber analizado esta última tabla y darnos cuenta de que las chicas comúnmente adquieren mejor las habilidades sociales que los chicos, independientemente de que hagan deporte o no, hemos explorado sobre ello y hemos encontrado que un estudio que lo demuestra es el realizado por García, Cabanillas, Morán y Olaz (2014), en el que se pretende analizar si había diferencias entre chicos y chicas para adquirir HHSS. Y los resultados obtenidos fueron favorables a las chicas en cuanto a las habilidades conversacionales, habilidades de oposición asertiva y en habilidades empáticas y de expresión de sentimientos positivos.

Esto ha alterado los resultados dados en la tabla 1 y la tabla 2, y la explicación es la siguiente: hay un mayor número de chicas que de chicos que no practican deporte, teniendo un total de 20 chicas frente a 10 chicos y lo contrario sucede respecto a las que practican deporte, teniendo un total de 20 chicas frente a 29 chicos. Esto hace que los resultados del total del alumnado que no hace deporte tenga un incremento en su

puntuación y que lo contrario ocurra en los resultados del alumnado que si que lo practica, teniendo una reducción en la puntuación. Y lo mismo podríamos decir de la tabla 2, ya que respecto a las chicas, las que practican deporte colectivo son las que peores resultados obtienen.

Por último lo que haremos será calcular y analizar los resultados teniendo solamente en cuenta las variables del género y de si practican deporte extraescolar o no.

Para ello hemos realizado dos tablas, una para chicos (tabla 4) y otra para chicas (tabla 5).

La tabla 5 no responde a nuestros objetivos y no encontramos ningún estudio que respalde que la práctica de deporte en las alumnas tenga menos beneficios a la hora de obtener HHSS que las que si que lo practican. De todas maneras los resultados no son muy dispares, por lo que pueden haberse dado este resultado por diferentes motivos ya sean personales o del entorno que les rodea, además tienen unos resultados muy favorables tanto en HHSS como en DAS respecto a los chicos.

En la tabla 4 sí que encontramos unos resultados que responden a nuestro objetivo y a diferencia de los obtenidos en la tabla 5 coinciden en que la actividad deportiva contribuye significativamente a generar una mayor armonía social, lo que incluye la integración y el crecimiento social, y por lo tanto una mayor adquisición de HHSS (Wankel y Berger, 1991). Esto puede ser debido a que la combinación de que los niños adquieren en menor medida o con más dificultad HHSS y la ausencia de práctica deportiva.

6. CONCLUSIÓN

Los resultados obtenidos no han sido completamente como esperábamos, no ha resuelto nuestros objetivos ya que no ha quedado reflejada la influencia que tiene el deporte extraescolar en el proceso de socialización. Los resultados de ambas partes, tanto de los que hacían deporte como de los que no, han sido muy similares. A pesar de ello, hemos podido ver en numerosos estudios, que el deporte ayuda notablemente a dicho proceso.

Otro dato el cual no hemos podido tener en cuenta, y que nos podría haber ayudado en nuestro estudio, es el de los resultados que habrían obtenido los alumnos que realizan deporte, habiendo utilizado el mismo cuestionario, antes de que éstos comenzaran a practicarlo, de esta manera podríamos saber, a pesar de que los resultados no hayan sido los esperados, si dichos alumnos han tenido una mejora en su proceso de

socialización después de haber practicado deporte extraescolar durante un significativo periodo de tiempo.

Respecto al tipo de deporte practicado, las conclusiones que hemos sacado en función de nuestros resultados son que el alumnado de nuestra muestra que practica deporte de manera colectiva, tienen por lo general una peor adquisición de HHSS y mayor DAS respecto a los que lo practican de manera individual o que no lo practican, a pesar de que hayamos visto otros muchos estudios que indiquen lo contrario.

En cuanto al género del alumnado podemos comentar que las chicas adquieren generalmente con mayor facilidad las HHSS y tienen una menor dificultad de DAS que los chicos, independientemente de si hacen deporte o no y del tipo de deporte que hagan. De hecho queda reflejado que los resultados de las alumnas que no practican deporte son más positivos que los de las que sí que lo practican. Por lo que deducimos que el deporte no les ha proporcionado una mejora en el proceso socializador o lo ha hecho pero no lo suficiente como para tener una puntuación más positiva que las que lo practican. Mientras que la parte del alumnado masculino sí que ha dado respuesta a los objetivos planteados pudiendo confirmar que, al menos en los chicos, sí que afecta la practica de deporte extraescolar al proceso de socialización.

De la Educación Física también hemos podido observar que puede ser un instrumento útil para la motivación hacia la práctica de deporte extraescolar. Ésta genera una serie de hábitos saludables que pueden desembocar en un interés hacia la práctica de deporte y con ello alcanzar un mejor desarrollo social.

Para finalizar con este estudio cabe decir que tanto la Educación Física, la actividad física, como el deporte es algo que no debe caer en la marginación y menos aun en edades tempranas ya que es la época en los niños/as están en constante desarrollo y formación y esto les hace generar hábitos saludables y mejoras en las capacidades físicas, cognoscitivas, sociales e incluso emocionales.

7. PROBLEMAS E INCONVENIENTES Y PROPUESTAS

Uno de los problemas por el que quizás los resultados no han sido los esperados, ha sido el número tan reducido de muestras que hemos obtenido, por ello, en futuras investigaciones lo que haremos será tomar un número de muestras más elevado, sacado de otros colegios y visitando diversos institutos para que participen personas de mayor edad utilizando un cuestionario adaptado al caso, de esta manera tendremos más fiabilidad en los resultados y se podrán contrastar los resultados obtenidos con las diferentes edades. El cuestionario deberá tener menos ítems, ya que este podría haber sido otro de los problemas de que los alumnos/as puede que no fueran precisos en sus respuestas al estar cansados de leer tantos ítems, pues el agotamiento puede haber sido uno de los motivos por el que no contestasen bien al cuestionario.

A pesar de dar dichas explicaciones sobre como rellenar tanto la hoja de datos personales como la del cuestionario, a la hora de calcular y analizar los resultados obtenidos de cada uno de ellos, nos hemos dado cuenta de que a alguno de ellos no le había quedado muy claro como se debía haber hecho, por lo que hemos tenido que descartar estas muestras ya que los resultados no podían ser fiables.

Uno de estos problemas ha sido que no rellenaron por completo el formulario, es decir que muchas de los ítems están sin contestar y no hemos podido hacer una valoración precisa.

El otro problema que nos hemos encontrado ha sido en la ficha de los datos personales, en la cual había que indicar si practicaban algún deporte extraescolar, y es que alguno ha puesto como deporte alguna actividad física realizada por su cuenta de manera individual pero no reglada, puesto que deporte según la RAE “actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone un entrenamiento y sujeción a normas” por lo que este tipo de practicas de actividad física no están considerada como deporte, como es el ejemplo de montar en bicicleta o correr mientras juegan. Por ello me he tenido que fijar bien en ciertos casos para ver si de verdad practicaban un deporte extraescolar o no, ayudándome de otros datos como las horas semanales que le dedicaban.

En un principio el total de muestra debía ser 87, que era el número de alumnos/as que había rellenado este formulario pero después de descartar algunos de ellos por los problemas comentados anteriormente, el total de formularios válido ha sido de 81.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abu-Omar, K., Rütten, A., y Lehtinen, V.(2004). Mental health and physical activity in the European Union. *Soz Präventivmed*, 49(5), 301-309.

Bailey, R. (2005). Evaluating the relationship between physical education, sport and social inclusión. *Educational Review*. 57(1), 71-90.

Berdullas, S. (2015). *Relación entre las habilidades de solución de problemas sociales y los rasgos emocionales negativos de la personalidad. La “triada emocional negativa” (depresión, ansiedad e ira)*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid.

Block, K., y Gibbs, L. (2017). Promoting Social Inclusion through Sport for Refugee-Background Youth in Australia: Analysing Different Participation Models. *Social inclusión*. 5(2), 91-100.

Carratalá, V. (1996). Influencia de los Agentes Sociales en la Participación Deportiva en la Adolescencia. *Tesis Doctoral*. Dir. A. Escartí. Universitat de València. Facultad de Psicología.

Carriedo, A. (2014). Beneficios de la Educación Física en alumnos diagnosticados con Trastorno por Déficit de atención con Hiperactividad (TDAH). *Journal of Sport and Health Research*, 6 (1), 47-60.

Commission of the European Communities (1993) *Background report: social exclusion—poverty Community*(Luxembourg, Office for Official Publications of the European Communities).

Donnelly, P. (1996). Approaches to social inequality in the sociology of sport. *Quest*, 48, 221-242.

Eime, R. Young, J. Harvey, J. Charity, M. y Payne, W. (15 de Agosto de 2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for

children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10.

Fox, K. R. (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public health nutrition*, 2(3), 411-418.

García, M., Cabanillas, G., Morán, V. y Olaz, F. (2014). Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Argentina. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones"*, 7(2), Artículo 5.

Greendorfer S.L.(1992). Sport socialization. En T.S. Horn (Eds.) *Avances in Sport*, 201-218. Champaign IL: Human Kinetics.

Hernández, G. (1998). Los paradigmas con implicaciones educativas. México: Paidós.

Ioan-Sabin, S.,(2014). *Socialization Through Sport, Effects of Team Sports on Students at Primary Level*. 4o congreso internacional de educación física, deporte y kinetoterapia. National Univeristy of Physical Education and Sport, Universidad de Rumanía.

Lackovic-Grgin, K. Y Dekovic, M. (1990). The contribution of significant others to adolescent s self-esteem. *Adolescence*, XXV, 100, 839-846.

Losada, L. (2015) *Adaptación del “Social Skills Improvement System-Rating Scales” al contexto español en la etapa de educación primaria* (Tesis Doctoral). UNED: Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación II: Facultad de Educación.

Lv, y Takami, K. (2015). The Relationship between Social Skills and Sports Activities among Chinese College Students. *Psychology*. 6(4), 393-399.

Márquez, S., Garatachea, N. (2013). *Actividad física y salud*. España: Editorial Díaz de Santos.

Moreno, J. A. y Cervelló, E. (2004). Pensamiento del alumno hacia la Educación Física: su relación con la práctica deportiva y el carácter del educador. *Enseñanza*, 21, 345-362.

Paluska, S.A., Schwenk, T.L. (2000). Physical Activity and Mental Health: Current Concepts. *Sports Med*, 29(3), 167-180.

Pontifex, M., Saliba, B., Raine, L., Picchietti, D. y Hillman, C. (2012). Exercise improves behavioral, neurocognitive, and scholastic performance in children with AttentionDeficit/Hyperactivity Disorder. *The Journal of Pediatrics*, 162 (3), 543-551.

Real Academia Española. (2014). Deporte. *Diccionario de la lengua española* (23.aed.).

Rocher, G. (1990). Introducción a la Sociología general. Barcelona: Herder.

Torre, E., Cárdenas, D. y García Montes, M. E. (2001). Las percepciones que se derivan de las experiencias recibidas en las clases de educación física y su repercusión en los hábitos deportivos en el alumnado de bachillerato. *Motricidad. Revista de la Asociación Española de Ciencias del Deporte*, VII, 95-112.

Torres, B. (2012). Educación Física: Otra forma de socialización para estudiantes de educación virtual. *Corporeizando*. 1(7), 51-62

Trulson, M. (1986). Martial arts training: A novel cure for juvenile delinquency. *Human Relations*, 39, 1131-1140.

Vander Zanden. (1986). Manual de Psicología Social Edit. Paidós.

VIZCARRA, M.A. (2003). Análisis de una experiencia de formación permanente en el deporte escolar a través de un programa de habilidades sociales. Universidad del País Vasco. (Tesis Doctoral inédita).

Wankel, L. M., y Berger, B. G. (1991). The personal and social benefits of sport and physical activity. *Benefits of leisure*, 121-144

9. ANEXOS

Anexo 1.

Cuestionario utilizado para la investigación. (SEHS-Alumno)

| SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES | | | SEHS |
|--|-------|------------------------------|------|
| <h2 style="margin: 0;">SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES</h2> <h3 style="margin: 0;">SEHS</h3> | | | |
| Alumnado 8-12 | | | |
| C. Centro | Curso | Secc./h ^a lista | |
| | | | |
| INFORMACIÓN DEL ALUMNO / DE LA ALUMNA¹ | | | |
| Nombre y apellidos _____ | | | |
| Lugar y fecha de nacimiento _____ | | | |
| Edad _____ años | | | |
| Género ("X" donde proceda) | | Masculino ____ Femenino ____ | |
| Centro educativo _____ | | | |
| Localidad _____ | | | |
| Provincia _____ | | | |
| Curso y grupo _____ | | | |
| Nombre del Profesor tutor o de la Profesora tutora _____ | | | |
| Fecha actual _____ de _____ de 20__ | | | |
| INSTRUCCIONES | | | |
| <p>Este cuestionario contiene frases que describen el comportamiento de los alumnos y las alumnas de tu edad. Consta de dos partes: Parte I y Parte II.</p> <p>Por favor, lee cada una de las frases y decide con qué frecuencia ocurre lo que se dice en ellas, en tu caso particular.</p> <ul style="list-style-type: none">Si nunca te comportas como dice la frase, rodea "0".Si pocas veces te comportas como dice la frase, rodea "1".Si a menudo te comportas como dice la frase, rodea "2".Si casi siempre te comportas como dice la frase, rodea "3". <p><small>¹ Con el fin de facilitar la lectura y evitar la repetición en el contenido de este documento, se ha optado por utilizar el género masculino y unas formas genéricas para referirse conjuntamente a personas de ambos géneros, sin que ello signifique la supremacía de un género sobre el otro. Solo se harán excepciones en aquellos casos que así se requiera.</small></p> | | | |

1

| SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES | | | | | SEHS |
|---|-------------------|-------------|----------|--------------|------|
| EJEMPLO | | | | | |
| Frases | Nunca | Pocas veces | A menudo | Casi siempre | |
| Me gusta hacer nuevas amistades | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| Cómo responder | | | | | |
| <p>Por favor, responde a todas las frases. No hay respuestas correctas o incorrectas. Reflexiona y no te precipites al responder.</p> <p>Marca firmemente con un lápiz o un bolígrafo, asegurándote de trazar un círculo completo alrededor del número que elijas. Si deseas cambiar una respuesta tacha con una cruz la opción errónea y rodea con un círculo la nueva opción elegida.</p> <p>Antes de comenzar, asegúrate de completar toda la información con tus datos personales en el cuadro situado en la parte superior de la primera página.</p> <p>Por favor, pregunta si tienes alguna duda. Espera la indicación del profesor o de la profesora para responder.</p> | | | | | |
| Recuerda: Nunca: "0" -- Pocas veces: "1" -- A menudo: "2" -- Casi siempre: "3" | | | | | |
| Parte I | Frecuencia | | | | |
| | Nunca | Pocas veces | A menudo | Casi siempre | |
| 1. Pido información cuando la necesito | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 2. Atiendo cuando los demás exponen sus ideas | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 3. Perdone a los demás cuando dicen "lo siento" | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 4. Tengo cuidado cuando utilizo cosas que no son mías | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 5. Defiendo a los demás si son tratados injustamente | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 6. Digo "por favor" cuando pido las cosas | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 7. Me siento mal cuando los demás están tristes | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 8. Me llevo bien con los niños de mi edad | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 9. Hago caso a quienes quieren llamar la atención en clase | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 10. Espero mi turno cuando hablo con los demás | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 11. Muestro mis sentimientos a los demás | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 12. Hago lo que los profesores me dicen que haga | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 13. Trato de hacer que los demás se sientan bien | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 14. Coopero, aportando lo que me corresponde dentro del grupo de mi clase | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 15. Cuando percibo un problema, se lo comunico a los demás | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 16. Miro a los demás cuando les hablo | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 17. Ayudo a mis amigos cuando tienen un problema | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 18. Hago amistades fácilmente | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 19. Hago mi trabajo sin molestar a los demás | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 20. Soy educado/educada cuando hablo con los demás | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 21. Mantengo la calma cuando se burlan de mí | 0 | 1 | 2 | 3 | |
| 22. Sigo las reglas del colegio | 0 | 1 | 2 | 3 | |

2

Recuerda: Nunca: "0" -- Pocas veces: "1" -- A menudo: "2" -- Casi siempre: "3"

| Parte I | Frecuencia | | | |
|---|------------|-------------|----------|--------------|
| | Nunca | Pocas veces | A menudo | Casi siempre |
| 23. Propongo a los demás realizar actividades en común | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 24. Me comporto bien | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 25. Digo cosas positivas sobre mí, sin presumir | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 26. Mantengo la calma cuando señalan mis errores | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 27. Trato de pensar cómo se sienten los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 28. Me presento a los demás sin que me lo digan | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 29. Hago lo que debo sin que me lo tengan que decir | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 30. Saludo y sonrío a las personas conocidas cuando las veo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 31. Intento solucionar los desacuerdos de buenas maneras | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 32. Atiendo en clase | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 33. Participo en juegos con los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 34. Hago mis deberes a tiempo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 35. Cuando creo que no me tratan bien, lo digo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 36. Cuando tengo problemas, mantengo la calma | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 37. Soy amable con los demás si se sienten mal | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 38. Pido participar cuando los demás realizan actividades que me gustan | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 39. Cumpló mis promesas | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 40. Digo "gracias" cuando alguien me ayuda | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 41. Mantengo la calma cuando los demás me molestan | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 42. Trabajo bien con mis compañeros de clase | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 43. Intento hacer nuevas amistades | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 44. Reconozco mis errores ante los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 45. Pido ayuda cuando la necesito | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 46. Mantengo la calma cuando estoy en desacuerdo con los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |

Recuerda: Nunca: "0" -- Pocas veces: "1" -- A menudo: "2" -- Casi siempre: "3"

| Parte II | Frecuencia | | | |
|---|------------|-------------|----------|--------------|
| | Nunca | Pocas veces | A menudo | Casi siempre |
| 47. Tengo miedo a muchas cosas | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 48. Obligo a los demás a que hagan lo que yo quiero | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 49. Hago las cosas sin pensar | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 50. Me siento enfermo/enferma | 0 | 1 | 2 | 3 |

Recuerda: Nunca: "0" -- Pocas veces: "1" -- A menudo: "2" -- Casi siempre: "3"

| Parte II | Frecuencia | | | |
|---|------------|-------------|----------|--------------|
| | Nunca | Pocas veces | A menudo | Casi siempre |
| 51. Digo "palabrotas" | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 52. Me resulta difícil concentrarme en lo que estoy haciendo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 53. Me avergüenzo con facilidad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 54. Digo cosas para hacer daño a los demás cuando me enfado | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 55. Tengo rabietas o berrinches | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 56. Pienso que me pueden suceder cosas malas | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 57. Miento a los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 58. Me distraigo con facilidad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 59. Puedo dormir bien por la noche | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 60. Permiso que otros se unan a mi grupo de amigos | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 61. Me cuesta trabajo estar quieto/quieta | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 62. Me siento solo/sola | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 63. Hago trampas en los juegos | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 64. Cometo errores al realizar las actividades de clase por no atender | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 65. Creo que nadie se preocupa por mí | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 66. Intento que los demás me tengan miedo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 67. Cuando me enfado, rompo cosas | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 68. Me canso con facilidad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 69. Respondo faltando el respeto a las personas adultas cuando me hablan o piden algo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 70. Pierdo el tiempo | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 71. Me pongo nervioso/nerviosa cuando estoy con mis compañeros de clase | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 72. Digo cosas para herir los sentimientos de los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 73. Me peleo con los demás | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 74. Me siento triste | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 75. Respeto las normas o reglas | 0 | 1 | 2 | 3 |

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

AVISO LEGAL

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999, de Protección de Datos de Carácter Personal le informamos de que los datos personales le cedidos por usted a través del presente formulario serán incorporados a un fichero mantenido en el Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación II (Investigación Educativa, Diagnóstico e Intervención Psicoeducativa) de la Facultad de Educación, de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), cuya finalidad es la de investigar acerca de los «Habilidades Sociales en Ámbito Educativo».

Los datos no serán cedidos o comunicados a terceros, salvo en los supuestos necesarios para la gestión, atención, control y cumplimiento de las obligaciones expresadas, así como en los supuestos previstos, según ley.

Le recomendamos que en cualquier momento podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos, enviando una petición por correo electrónico a: uned@uned.es o al: DNI, dirigida al departamento arriba indicado de la Facultad de Educación de la UNED, C/Juan del Rosal, 14 C.P. 28040 Madrid (España).

Ficha de datos personales.

Fecha de nacimiento:

| | |
|---|---|
| M | F |
|---|---|


¿Realizas alguna actividad extra escolar? ¿Cuál?

En caso de que sea algún deporte/actividad física indícalo:


| |
|------------|
| Fútbol |
| Baloncesto |
| Tenis |
| Balonmano |
| Natación |
| Voleybol |
| Judo |
| Otros: |

¿Cuánto tiempo llevas practicando deporte?

¿Cuánto tiempo le dedicas al deporte marcado anteriormente durante la semana?



SEMANA



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | FIN DE SEMANA |
|-------|--------|-----------|--------|---------|---------------|
| | | | | | |

